

ارزیابی تاثیر آموزش مهارت حل مساله (P.S.S.T) در کنترل خشم نوجوانان پسر ۱۵-۱۲ ساله

دکتر پریش و کیلی^۱

پژوهش حاضر، سعی بر آن دارد که تاثیر آموزش مهارت حل مساله را در کنترل خشم نوجوانان پسر ۱۲-۱۵ ساله، مورد بررسی قرار دهد. به این منظور ۶۰ نفر از دانش آموزان پسر ۱۲-۱۵ ساله که میزان خشم آنها به وسیله ی پرسشنامه ی آیزنک برای نوجوانان در سطح بالا نشان داده شده و مشاهده و مصاحبه با آنها نیز این مساله را تایید می کرد از طریق روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای از میان مدارس تهران انتخاب شدند و به صورت کاملاً تصادفی در دو گروه ۳۰ نفری آزمایشی و کنترل کاربندی شدند. ابتدا در مورد هر دو گروه، پرسشنامه ی آیزنک برای بررسی میزان خشم، اجرا و سپس گروه آزمایشی به مدت یک ماه هر هفته ۳ جلسه ی ۲ ساعته، مورد آموزش قرار گرفت. نتایج تحلیل کواریانس نشان داد که تفاوت معنی داری از نظر میزان خشم در دو گروه دیده می شود.

واژه های کلیدی: آموزش مهارت حل مساله، کنترل خشم، نوجوانان ۱۲-۱۵ ساله

مقدمه

پرخاشگری، به عنوان یک مشکل شدید و رو به افزایش در میان نوجوانان شناخته شده است. در حال حاضر، پرخاشگری یک مساله ی اجتماعی و یکی از موضوعات اساسی بهداشت روانی به حساب می آید (نیکولسون^۱، ۲۰۰۳). پرخاشگری یکی از نشانه های اختلال سلوک، به صورت الگوی تکراری و مداوم رفتاری است که در آن حقوق اساسی دیگران، مقررات یا هنجارهای اجتماعی و اخلاقی عمده ی متناسب با سن، زیر پا گذاشته می شود (انجمن روان پزشکی آمریکا، ۱۹۹۴).

این گروه از کودکان ظاهراً مترصد مشاهده ی علایم خصمانه در محیط اجتماعی خود هستند که ترغیب کننده ی آنها به نشان دادن واکنش عملکردی و غیر کلامی است. آنها معمولاً اعتقاد دارند

۱- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

که پرخاشگری اعتماد به نفس آنها را بالا برده، تصویری مثبت از آنها فراهم می سازد و باعث رنج قربانیان آنها نمی شود (اسلابی^۱ و همکاران، ۱۹۸۸).

غیر از مشکلات شخصی همراه با این رفتارهای پرخاشگرانه، انعکاس معنی دار آن در ارتباط با قربانیان پرخاشگری نیز، بسیار مهم است. در مورد آسیب شناسی این رفتارها، تحقیقات متعددی صورت گرفته که همگی در برگیرنده ی عوامل چند وجهی زیست شناختی، اجتماعی و روان شناختی است. جریانی که از حدود سالهای ۱۹۷۰ به عنوان انقلاب شناختی^۲ به وجود آمد، بسیاری از اختلالها را مورد بررسی دقیق قرار داده و راهکارهای شناختی مناسب را برای درمان آنها معرفی نموده است. پرخاشگری و کنترل خشم نیز جزو رفتارهای آسیب زایی است که نهضت شناختی بسیار به آن پرداخته است. در مورد کنترل پرخاشگری، رویکردهای درمانی متنوعی پیشنهاد شده و مورد استفاده قرار گرفته است. در رفتارگرایی سنتی، صرفاً رفتار پرخاشگرانه ی آشکار، مورد نظر است و به عنوان پیامد الگوی آموخته شده نسبت به عوامل بیرونی، مورد ملاحظه قرار گرفته و اعتقاد بر اینست که این پاسخ به وسیله ی پیامدهایی مانند تقویت اجتماعی، رهایی از محرک آزار دهنده و کسب پادشهای عینی، تداوم می یابد.

دیدگاه نظریه پردازان شناختی در مورد رفتار کنترل نشده، شروانه و پرخاشگرانه این است که ویژگی این رفتارها با طیفی از انحرافات شناختی-اجتماعی و مهارتهای ناکافی حل مساله مشخص می شود (برایت و رابین^۳، ۱۹۸۱؛ کازدین^۴، ۱۹۹۴؛ کندال^۵، ۱۹۹۳؛ کندال و هولون^۶، ۱۹۹۴). نوجوان خشمگین معمولاً نمی تواند به درستی پیامدهای رفتار خود را پیش بینی کنند، در محرک های اجتماعی نشانه های خصمانه می بینند، در تفسیر معنای رفتار دیگران نشانه های ترس را مد نظر قرار می دهند، رفتار دیگران را در موقعیت های مبهم به مقاصد خصمانه ربط می دهند و درک درستی از سطح پرخاشگری خود ندارند.

رفتارگرایی از روشهای سنتی تغییر و اصلاح رفتار (به عنوان مثال، محروم کردن و اقتصاد پته ای) که بیشتر برای خردسالان مناسب است، استفاده می کند ولی با رشد شناختی کودک و افزایش ظرفیت و توانمندی شناختی، نیازمند روشهایی هستیم که بتواند حاکمیت فرد را بر رفتار خود

1- Slaby

2- cognitive Revolution

3- Bright & Rabbing

4- Kazdin

5- Kendall

6- Hollon

اعمال کند (فینچ^۱، ۱۹۹۴). آموزش مهارت های اجتماعی برای پیشگیری از پرخاشگری در سنین بالاتر (نوجوانی) بخش مهمی از برنامه ی جهانی پیشگیری از پرخاشگری است. برنامه ی مهارت های اجتماعی در برگیرنده ی رشد مهارت هایی است که در بهداشت اجتماعی و عاطفی کودکان نقش اصلی دارد.

یکی از مهمترین مهارت های اجتماعی، آموزش همنوایی است. همنوایی، مهارتی است که به عنوان بنیان حل مساله و مدیریت هیجان، مطرح می شود (ایگرت^۲، ۱۹۹۴). شواهد بسیاری وجود دارد که نقش همنوایی را در ارتقا تحصیلی نوجوانان نشان می دهد و رفتارهای اجتماعی آنها را بهبود می بخشد (تیتیر^۳، ۲۰۰۶). کودکانی که در برجسب زدن و توصیف هیجانات خود موفق تر هستند نشان دادند که بهتر مورد قبول همسالان خود قرار می گیرند.

همنوایی، می تواند افراد را به سوی شیوه ی توجه و اهمیت دادن به دیگران برانگیزاند. کودکانی می توانند به دیگران کمک کنند و از حمایت عاطفی آنها بیشتر برخوردار باشند که از نقطه نظرات دیگران مطلع باشند. درک کودکان از مقاصد همسالان، همچنین در کاهش پرخاشگری آنها موثر است (گوارا^۴، ۱۹۹۰).

علاوه بر این، پژوهشها نشان می دهد که کودکان پرخاشگر نسبت به کودکان دیگر، از نظر شیوه ی تفکر متفاوت هستند. آنها راهبردهای مثبت کمتری نسبت به کودکان دیگر ارایه می دهند. آنها بیشتر اطمینان دارند که راهبردهای پرخاشگرانه، کارساز است و اینطور قضاوت می کنند که راهبردهای پرخاشگرانه، کمتر باعث آسیب می شود (هین^۵، ۱۹۸۸).

مدیریت هیجان خشم، مربوط به کاهش سطوح پرخاشگری و افزایش سطوح کفایتهای اجتماعی و عاطفی است. کودکی که هیجان خود را مدیریت می کند می تواند با هیجانات خود برخورد کند و آنها را به شیوه های مورد قبول اجتماعی بیان نماید (هندرن^۶، ۱۹۹۸).

پژوهشها، نشان می دهد که کودکان می توانند مدیریت احساساتی مانند خشم را بیاموزند (نیکولسون، ۲۰۰۳). یکی از روشهای کنترل خشم، آموزش مهارت حل مساله است. آموزش مهارت حل مساله مجموعه ای از مراحل است که شرایطی را برای هدایت کودک فراهم می کند

1- Finch
2- Eggert
3- Teeter

4- Guerra
5- Hain
6- Hendren

تا در موقعیتهای اجتماعی با پاسخهایی سازگارانه، نسبت به همسالان عمل کند (فرنچ^۱، ۱۹۹۲). مواردی که برای ارزیابی حل مساله لازم است عبارتند از: توصیف دقیقی از مساله، توصیفی از عوامل محدود کننده یا منفی درگیر در مساله، توصیفی از عوامل سازنده و مثبت در مساله توصیف دقیقی از دامنه ی مشکل، چه مدت است که این مساله وجود دارد، چگونه افراد دیگر را تحت تاثیر قرار می دهد و توصیف دقیقی پیامدها در صورتیکه مساله حل نشود و ارزیابی از راه حل های مطرح شده در برابر مساله، سیستم درجه بندی هر راه حل و نهایتاً فرایند تصمیم گیری (تورنتون^۲، ۱۹۹۵). موانع عبارتند از: نگرش بله-اما، دفاعهای عقلانی که در برابر افکار جدید می ایستد، ترس از اینکه فرد به عنوان یک فرد بی کفایت ارزیابی شود، ترس از اینکه مورد قبول قرار نگیرد و ترس از اشتباه کردن.

در مجموع پژوهشگران معتقدند که پرخاشگری و کنترل ضعیف، از مهمترین مشکلات این افراد است، بنابراین در هر درمانی باید فرایندهای استنادی، انحراف شناختی، گفتگو در موقعیت های کشمکش زا، نسبت دادن صحیح عواطف، کمبود مهارتهای اجتماعی و راه کارهای عمومی حل مسایل مد نظر قرار گیرد. به همین خاطر این نوع درمانها اقتباسی از درمان بزرگسالان (هولین و بک^۳، ۱۹۹۴) با ریشه های شناختی و رفتاری است. در مجموع با در نظر گرفتن ماهیت مشکلات و ارتباط نزدیک درمان شناختی- رفتاری با نظریه ی آموزش اجتماعی تمرکز اصلی بر شناخت اجتماعی و ارتباطات قرار می گیرد (هربرت^۴، ۲۰۰۱).

هدف عمده ی این پژوهش، بررسی میزان تاثیر آموزش مهارت حل مساله بر کنترل خشم نوجوانان پسر است در این پژوهش بر آن بودیم تا به این سوال پاسخ دهیم که: آیا آموزش مهارت حل مساله بر افزایش کنترل خشم موثر است؟

روش

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه گیری

جامعه ی آماری این پژوهش، دانش آموزان پسر ۱۵-۱۲ ساله ی شهر تهران که در سال تحصیلی ۸۶-۸۵ مشغول به تحصیل بودند. از این جامعه، ۶۰ نفر که نمره ی روان رنجوری بالاتر از ۷۵

1- French
2- Thornton

3- Hollin & Beek
4- Herbert

درصد را در پرسشنامه ی شخصیتی آیزنک کسب کرده بودند، انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل کاربردی شدند. در مورد تمامی افراد نمونه، اظهار نظر اولیای مدارس به عنوان نوجوانان پرخاشگر که در روابط دچار اشکال هستند مطرح شده بود. گروه آزمایش به مدت یک ماه، هر هفته ۳ جلسه و هر جلسه ۲ ساعت تحت آموزش مهارت حل مساله قرار گرفت.

ابزار

پرسشنامه ی شخصیتی آیزنک برای نوجوانان (*J.E.P.Q.*)^۱: این پرسشنامه دارای چهار مقیاس (دروغ سنجی^۲ L، روان پریشی^۳ P، روان رنجورگرایی^۴ N و برون گرایی^۵ E) است. این پرسشنامه ۸۰ سوال دارد که هنگام هنجاریابی برای دانش آموزان شهر تهران ۱۰ سوال که با فرهنگ ایرانی سازگار بود به آن اضافه شده است. در سال ۱۳۵۵، محمدنقی براهنی در مورد میزان N (روان رنجورگرایی) مطالعه ای انجام داد و بین دو گروه بهنجار و گروه روان رنجور در مقیاس N تفاوت به دست آمد. پایایی این آزمون در سال ۱۳۷۲ توسط براهنی و رحیمی نژاد بر روی ۲۱۹۰ نفر با آلفای کرونباخ برای میزان N ۰/۸۲ تعیین شده است. سعیدپورپاک و براهنی (۱۳۷۲) با استفاده از روش تحلیل عوامل، ۴ عامل (برون گرایی، روان رنجورگرایی، روان پریشی و دروغ سنج) را شناسایی کردند (راهنمای اجرای آزمون).

روش

روش مداخله، شامل سه بخش است: ۱- آموزش همنوایی: برنامه ی این آموزش، براساس آگاهی دانش آموزان در مورد هیجانات خود است. در این برنامه، برجسب زدن بر هیجانات متداول خود از قبیل (شادی، غمگینی، عصبانیت، تعجب، ترس و تنفر) در نظر گرفته شده است. ارایه ی سرنخ های غیر کلامی، خصوصا (بیان چهره ای)، کلامی و موقعیتی برای توجه به آنها و توجه به

-
- 1- Junior Eysenck Personality Questioner
 - 2- Lie
 - 3- Psychoticism
 - 4- neuroticism
 - 5- extraversion

هیجانان دیگران، حمایت عاطفی و کمک به دیگران (کریک^۱ و دوج^۲، ۱۹۹۴ به نقل از فینچ) در برنامه ی آموزشی گنجانده شد.

۲- آموزش ایفای نقش^۳: در این روش تلاش می شود تا مراجعان با نقش بازی کردن، احساسات درونی خود را آزاد نمایند و یاد بگیرند تا به جای آنکه در کنترل خشم خود باشند با آزاد سازی کنترل شده ی آن، عنان احساسات خود را در دست بگیرند.

۳- آموزش کنترل تکانه: در این آموزش، به آزمودنی ها یاد داده شد تا ابتدا با تشخیص برانگیزانهای خشم و علائم بدنی آنها پدید آمدن آنها را تشخیص دهند. سپس به آنها آموخته شد تا هنگام مواجهه با یک مساله و برای مدیریت تکانه ی خشم خود، راهبرد آرام بودن را تمرین کنند. این راهبردها شامل شمارش اعداد نفس عمیق کشیدن، خود گویی های مفید (به طور مثال من می توانم آرام باشم) است.

۴- آموزش مهارت حل مساله: برای حل مساله ی موثر، فرد نیازمند یک سری تواناییها است راهبردها و مهارت های عام و راهبردها و مهارت های خاص. دانش مورد محتوای مساله ای که باید حل شود به اندازه ی آگاهی از «خود» به عنوان حل کننده ی مساله، مهم است. به همین خاطر در این برنامه با تمرکز بر آموزش راهبردها و مهارت های عام و راهبردها و مهارت های خاص آزمودنی ها روش حل مساله را یاد می گرفتند. مراحل آموزش مهارتهای حل مساله عبارت بودند از: الف- مرحله ی جمع آوری اطلاعات: تعریف و توصیف مساله ای که باید حل شود و تا آنجا که ممکن است، مساله باید با جزئیات بیان شود. برای انجام این مرحله از روش پنچ دیلیو اچ (چه کی، کجا، چرا و چگونه^۴) استفاده می کنیم، ب- بیان راه حل های مختلف: برای مشکل مورد نظر چه راه حل هایی ممکن است مطرح شود، این مرحله به صورت بارش فکری^۵ صورت می گیرد راه حل های مطرح شده توسط دانش آموزان، روی تخته نوشته می شود، پ- انتخاب بهترین راه حل (تصمیم گیری^۶) و اجرای آن: در این مرحله توجه به پیامدهای هر یک از راه حل ها از مسایل مسایل مورد آموزش است.

1- Creak

2- Dodge

3- role playing

4- What, When, Where, Why, Who

5- brain – Storming

6- decision making

یافته

در جدول ۱ مولفه های آماری نمرات آزمودنیهای گروه آزمایشی و گروه گواه را در شرایط پیش آزمون و پس آزمون ارائه کرده ایم. همانگونه که مشاهده می شود میانگین گروه آزمایشی از ۱۵/۳۳ به ۱۱/۴۳ رسیده است در حالی که میانگین گروه گواه از ۱۴/۶۳ به ۱۴/۸۷ تغییر یافته است.

جدول ۱: داده های مربوط به آمار توصیفی گروه آزمایشی در مراحل پیش آزمون و پس آزمون

	تعداد	میانگین	میانه	انحراف معیار	واریانس	کجی	کشیدگی
گروه آزمایشی							
پیش آزمون	۳۰	۱۵/۳۳	۱۵	۲/۱۳۹	۴/۵۷	۰/۷۶	-۱/۱۰۷
پس آزمون	۳۰	۱۱/۴۳	۱۱/۵	۳/۳۸۰	۱۱/۴۲	۰/۳۱۵	-۰/۰۸۵
گروه گواه							
پیش آزمون	۳۰	۱۴/۶۳	۱۵	۲/۰۷۶	۴/۳۰۹	۰/۳۳	-۰/۶۷۱
پس آزمون	۳۰	۱۴/۸۷	۱۵	۲/۳۳	۵/۴۳۰	/۱۲۰	-۰/۹۴۵

برای بررسی معناداری تفاوت میانگین های دو گروه آزمایشی و کنترل با توجه به مراحل پیش آزمون- پس آزمون از تحلیل کواریانس استفاده شد. نتایج این تحلیل در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: تحلیل کواریانس برای بررسی اثر متغیر «گروه» بر کنترل خشم در نمونه های تحقیق

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	میزان F	سطح معنی داری
گروه	۲۵۶/۶۰	۱	۲۵۶/۶۰	۷۹/۵۵	۰/۰۱
پیش آزمون	۳۰۴/۷۴	۱	۳۰۴/۷۴	۹۴/۳۵	۰/۰۱
خطا	۱۸۴	۵۷	۳/۲۳		
کل	۱۱۰۴۱	۶۰			

با توجه به جدول فوق و با تاکید بر میزان F به دست آمده ، می توان گفت که تفاوت مشاهده شده، یک تفاوت تصادفی نیست و در واقع تفاوت معنی داری در سطح آلفای ۰/۰۱ بین نمرات

کنترل خشم وجود دارد. بنابراین می توان مطرح نمود که آموزش مهارت حل مساله روشی موثر برای کنترل خشم به حساب می آید.

بحث و نتیجه گیری

خشم به عنوان واکنشی در برابر فشار روانی در نظر گرفته می شود، افرادی که در رابطه با کنترل خشم مشکل دارند، منابع روان شناختی لازم را برای کنار آمدن با فشارهای روانی ندارند. آنها باید یاد بگیرند که چطور به طور موثر با فشار روانی مقابله و آن را مدیریت کنند (نواکو^۱ به نقل از فینچ^۲، ۱۹۹۴). از نظر نوواکو درمانهای کنترل خشم شامل سه بخش آماده سازی شناختی، کسب مهارتها و آموزش اجرای آنهاست. با توجه به توضیح نوواکو، آموزش، در کنترل خشم موثر است. یکی از راهبردهای موثر در کنترل خشم، مهارت حل مساله است. در این راهبرد، توجه به نقطه نظر دیگران که در بخش آموزش همنوایی این پژوهش انجام گرفت و بالا بردن ظرفیت تفکر در رابطه با پیامدهای هر یک از راه حل ها و توانایی تعمیم راه حل ها که در آموزش مهارت حل مساله مورد نظر بود، می تواند توانایی شناختی کودکان و نوجوانان را افزایش دهد (تورنتون، ۱۹۹۵).

در پژوهش ها، تکانشوری به عنوان پیش بینی کننده ی پرخاشگری و مانع یادگیری نشان داده شده است (مورن و ایگان و بلیر^۳، ۲۰۰۲). در پژوهش حاضر، آموزش کنترل تکانشوری به صورت آرام بودن، توقف و سپس تفکر صورت گرفت که به عنوان مقدمه ی آموزش مهارت حل مساله انجام شد. آموزش مهارت حل مساله که در مورد گروه آزمایش برای کنترل خشم انجام گرفت در مقایسه با گروه کنترل که هیچگونه آموزش خاصی را در این زمینه دریافت نکرده بود نشان داد که کنترل خشم در گروه آزمایش به طور معنی داری با گروه کنترل متفاوت است و کنترل بیشتری صورت گرفته است. این یافته با پژوهش فایندلر و ایواتا^۴ (۱۹۸۴) همسو است. در پژوهش فایندلر، تاثیر آموزش حل مساله را برای کنترل پرخاشگری، مورد بررسی قرار دادند. وی با آموزش پاسخهای تاخیری در برابر محرکهای برانگیزاننده ی خشم به جای پاسخ خود آیند، تفکر در مورد راه حل های ممکن برای مشکل مورد نظر را آموزش داد.

1- Novaco

2- Finch

3- Murren, Egan & Blair

4- Feindler & Iwata

همچنین تحقیق دوبو و هیوزمن^۱ (۱۹۸۷) نشان داد که از طریق روش حل مساله، رفتار جامعه پسندانه را که در کنترل خشم موثر است، می توان آموزش داد. پژوهشهای اسکیا و ویلی^۲ (۲۰۰۵) نتایج پژوهش زیر را تایید می کنند که آموزش حل مساله ی خلاق، راهی برای کنترل پرخاشگری است. در واقع در آموزش مهارت حل مساله، بخش فرونتال مغز (مرکز تفکر و تصمیم گیری) بر سیستم لیمبیک (بخشی که مسوول هیجانات است) مسلط می شود و به این ترتیب، کنترل هیجان خشم بهتر صورت می گیرد. آموزش حل مساله یکی از شیوه های مفید برای خویشتن داری است. پژوهشها نشان می دهد نوجوانانی که در آنها خویشتن داری کافی رشد کرده است، در برابر خواسته های بین فردی و اجتماعی، بهتر عمل می کنند و در برابر برانگیختگی های محیطی، کمتر تحریک می شوند (فینچ، ۱۹۹۴).

در رویکرد شناختی- رفتاری، در مورد خشم این مفهوم وجود دارد که واکنش خشم به علت ساختار شناختی ناکافی و تحریف شده تعیین می شود، در نتیجه تغییر و اصلاح رفتار و شناخت فرد در موقعیت هایی که خشم برانگیز است به تغییر و اصلاح رفتار نیز منجر خواهد شد. ساختار شناختی ناکافی بر اثر آموزش، کافی می شود که در این پژوهش، آموزش مهارت حل مساله ساختار شناختی فرد را توانمند ساخته و او را در برابر مسایل، مجهز به ارایه ی راه حل می کند. در خاتمه، پیشنهاد می شود که در مدارس، آموزش مهارت حل مساله صورت بگیرد تا در پیشگیری از بروز رفتارهای پرخاشگرانه که منجر به تخریب جسمی، روانی و اجتماعی می شود اقدام مفیدی صورت گیرد.

منابع

- Baright, P. D. & Robin, A. L. (1981). Ameliorating Parent- adolescent conflict and Problem- Solving communication training. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 12, 275- 80.
- Eggert, L. (1994). *Anger management for Youth*. Iloomington, in: National educational service.
- Eisenberger, R. (1998). Ideational skills training. *Journal article*. , 34, 325-42.
- Feindler, E L., Marriot S. A & Wata, M (1984). Group anger control for junior high school delinquents. *Cognitive therapy and research. Health Psychology*. Vol 14(7) 622-631

- Finch. M (1994). *Cognitive- Behavior procedures with children and adolescents*.
- French, J. N. & Rhoder. C. (1992). *Teaching thinking skills and practice*. New york Garland publishing.
- Guerra, N. G & Slaby, R. C. (1990). Cognitive meaditors of aggression in adolescents offenders. *Journal of developmental psychology*, 24, 580-588.
- Hain, Anthony A; Hains, Ann Higgins (1988). *Jornal of offender Counseling Service rehabilitation*. www.haworthpress.com/store/ArticleAbstract.asp.
- Hendern, Robert; (1998). Impulse Control disorders in adolescents. *American review*: issue saom.
- Herbert, M. (1995). A collaborative model of training for Parents of Children With disruptive behavior disorders. *British Journal of Clinical Psychology*, 34, 325- 42.
- Hollin, C. R. & Beek, A. T. (1994). Cognitive- behavioural therapies. In *Handbook of Psychotherapy and behavior change* (4th ed), (ed. A. E. Bergin & S. L. Garfield), PP. 428- 66. Wiley, New York.
- Kazdin, A. E. (1994). *Psychotherapy for children and adolescents*. In *Handbook of Psychotherapy and behaviour change*, (4 th ed), (ed. A. E. Bergin & S. L. Garfield), PP. 543- 94. Wiley, New York.
- Kendall P. C. & Braswell, L. (1993). *Cognitive- behavioural therapy for impulsive children*. 2nd edn. Guilford Press, New York.
- Kendall, P. C. & Hollon, S. D. (eds). (1994). *Cognitive- behavioural interventions: theory, research and Procedures*. Academic Press, New york.
- Lochman, J.E(1992). Cognitive Behavior interventions with aggressive boys *Journal of Counseling and clinical psychology* , 60(3), 426-432.
- MC Murren, Mary, Blair: Marie, Egan, Vincent (2002). *Investigation between aggression, impulsivity and social problem – solving*. wiley – liss, inc
- Nicholson, Sandler(2003). *Anger management revolution studies distribution*. company inc.
- Skiba, R., MC. Kelvey, J. (2002), Anger management. *Indian Education policy center*. www.haworthpress.com/store/ArticleAbstract.
- Slaby, R. G. & Guerra, N. G. (1988). Cognitive mediators of aggression in adolescent offenders: 1. Assessment. *Developmental Psychology*, 24, 580- 8.
- Thornton stephanie (1995). *Children solving problem*, Harvard college U.S.A
- Whealley Margaret J. and Geosef criean (2005). *Transforming aggression into creative problem – solving*. Leader institute.